

## BENARKAH NABI MUHAMMAD SIX PACK? (Studi Takhrij Hadis)

Sidiq Hartono<sup>1</sup>, Sulidar<sup>2</sup> Zulkarnaen<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Indonesia

Email : sidiq0406201005@uinsu.ac.id<sup>1</sup>, ahmad.suid@yahoo.co.id<sup>2</sup>, zulkarnaen@uinsu.ac.id<sup>3</sup>

DOI:

Received: Februari 2024

Accepted: Februari 2024

Published: Februari 2024

### Abstract :

This research was conducted due to the spread of a misconception claiming that Prophet Muhammad (peace be upon him) had a Sixpack abdomen, and that having a Sixpack is a Sunnah of the Prophet, both on websites and social media platforms. This is concerning as it is highly dangerous to attribute something unverifiable to the Prophet by relying on it. The #abschallenge trend has contributed to spreading this hadith, especially among Muslims who are enthusiastic about sports. A health perspective is also incorporated in this research to provide a comparison with science. This qualitative study utilizes a literature review with the application of the takhrij al-hadith method, and the interpretation in the discussion employs content analysis. The results indicate that there is no strong and convincing hadith confirming that Prophet Muhammad (peace be upon him) had a Sixpack abdomen, thus the understanding that having a Sixpack is a Sunnah is erroneous. When correlating the lifestyle of Prophet Muhammad (peace be upon him) with the Sixpack theory, it is found that it is possible that Prophet Muhammad (peace be upon him) had a Sixpack abdomen.

**Keywords :** *Sixpack; Hadith; Sunnah; Prophet Muhammad.*

### Abstrak :

Penelitian ini dilakukan karena menyebarnya pemahaman yang menyatakan bahwa Nabi Muhammad saw., memiliki bentuk perut yang Sixpack dan Sixpack merupakan Sunnah Nabi baik dalam website maupun platform media sosial. Hal ini dikarenakan adalah hal yang sangat berbahaya bila menisbahkan sesuatu yang bukan dan tidak dapat dibuktikan kebenarannya dengan menyandarkannya kepada Nabi saw. Trend #abschallenge telah membantu menyebarkan hadis ini terutama dikalangan umat islam yang memiliki semangat dalam bidang olahraga. Perspektif kesehatan turut digunakan dalam penelitian ini guna memberikan perbandingan dengan sains. Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif melalui studi pustaka dengan menerapkan metode *takhrij al-hadits*, adapun interpretasi dalam pembahasan penelitian ini adalah dengan metode analisis isi. Hasil pembahasan memperlihatkan bahwa tidak terdapat hadis yang kuat dan meyakinkan bahwa Nabi Muhammad saw., memiliki bentuk perut yang Sixpack, sehingga pemahaman bahwa sixpack adalah sunnah merupakan pemahaman yang keliru. Adapun jika dikorelasikan antara pola hidup Nabi Muhammad saw., dengan teori Sixpack maka didapati bahwa kemungkinan Nabi Muhammad saw., memiliki bentuk perut yang sixpack..

**Kata Kunci:** *Sixpack; Hadis; Sunnah; Nabi Muhammad.*

## PENDAHULUAN

Secara etimologi, Sunnah dialih bahasakan menjadi jalan, cara juga metode, yang baik maupun yang buruk (Hefni, 2017, h. 41-42). Hal ini tepat seperti apa yang telah Nabi sampaikan *Shallallahu 'Alaihi wa Sallam* dalam sabdanya: *سُنَّةُ حَسَنَةً* artinya: “*Barangsiapa yang menunjukkan jalan kebaikan,.....dst*” (An-Naisaburi, 1955, juz 4, h. 2025, no. 1017). Jika dilihat dari sisi terminology, Sunnah dimaknai dengan apa-apa saja yang berasal dari Nabi *shallallahu 'Alaihi wa Sallam*, baik dari perkataan, perbuatan, pernyataan (ketetapan) pada hal-hal yang berkaitan dengan hukum *Syar'i* (Mansur & Rosyadi, 2020; Wahidin, 2018). Jika dilihat pada hal ini, terdapat kaitan tak terpisahkan antara Hadis dengan Sunnah. Bahkan, sebagian Ulama hadis menyatakan bahwa Hadis adalah apa-apa yang diterima dari Nabi saw., dan menjadikannya sebagai sinonim dari Sunnah (Nurul Hakim, 2019; Ritonga, 2015). Adapun Sunnah (Yusran, 2017) adalah bentuk pengamalan berdasarkan apa yang berasal dari sumber pada masa awal (hadis).

Dalam struktur bangunan hukum Islam, sumber hukum yang menduduki posisi kedua setelah al-Qur'an adalah Hadis (Edi, 2014; Islami, 2018). As-Sunnah (Hadis) merupakan bentuk penafsiran dari al-Quran dalam bentuk ideal dan faktual melalui pengamalan yang dilakukan Nabi Muhammad saw. (Anam et al., 2022; Fikri, 2015; Yusuf, 2015). Maka, tidak berlebihan jika Ummul Mu'minin 'Aisyah Radhiyallahu 'Anha ketika menjawab pertanyaan yang diajukan kepadanya tentang akhlak Nabi, dengan jawaban yang singkat dan padat ia menjawab: *فَقَالَتْ: كَانَ خُلْفَةُ الْقُرْآنِ* artinya: “*Aisyah menjawab: Akhlak beliau adalah al-Qur'an*” (Hanbal, 2001, juz 42, h. 183, no. 25301). Sebagai sumber hukum yang menduduki posisi nomor dua, Hadis menghimpun hampir seluruh aspek kehidupan manusia, dan salah satu dari kesekian banyak itu adaah hal-hal yang berkaitan dengan bentuk fisik (*Khalqiyah*) Nabi (Nirwana, 2013). Dan diantaranya yang menjadi pembicaraan dalam hal bentuk fisik (*Khalqiyah*) dalam Hadis adalah mengenai bentuk fisik Perut Nabi Muhammad saw.

Dalam dunia modern saat ini, berbagai cara hidup dapat dilihat dan diikuti dengan mudah (Lefebvre, 2017). Salah satu hal yang dimaksud adalah hadis tentang menjaga kesehatan fisik (Husnaini, 2019), menjaga bentuk tubuh ideal hingga membentuk massa otot pada perut untuk menghasilkan konsentrasi otot yang disebut dengan Sixpack atau dikenal dengan istilah *ABS (Abdomis)* (Khatam et al., 2023). Di Indonesia sendiri, viral tren Sixpack hadir dari fenomena di media social yang mempopulerkan gaya hidup dan kesehatan fisik. Penggunaan tagar *#abshallege* dan konten-konten terkait di Internet seperti Google dan Media Sosial Instagram, You Tube dan Tik Tok telah membantu penyebaran tren ini (Wolipop, 2013).

Hingga dalam perjalanan waktu, tren Sixpack ini akhirnya menyentuh kepada ranah agama dan mengaitkannya dengan Sunnah. Salah satu website yang menyetakan bahwa Sixpack merupakan Sunnah adalah Website berbasis blogspot yang telah diupload sejak 10 Desember 2019 dengan judul “Perut Six Pack ternyata Sunnah Rasul” (Kurniawan, 2019). Dalam konten website tersebut, pengunggah memasukkan dua buah riwayat tanpa redaksi asli, salah satu hadis yang diunggah memiliki arti sebagai berikut: “*Hadis dari Ummu Hani, dia*

menuturkan, "Saya tidak melihat bentuk perut Rasulullah keculi saya ingat lipatan kertas-kertas yang digulung antara satu dengan yang lainnya, (HR. ath-Thabrani). Dalam keterangannya, pengunggah menyatakan bahwa Rasulullah saw., memiliki perut yang *Six Pack* dan mengajak pembaca yang memiliki perut *Off Side* (Gendut) untuk mengikuti Rasulullah saw., dan menjadikan Rasulullah saw., sebagai idola sehingga pantas untuk dicontoh dan berharap agar hal tersebut menjadi ibadah.

Kendatipun banyak orang yang menganggap bahwa sixpack merupakan sunnah Nabi, tetap ada pula orang yang kritis dalam menyikapi hal tersebut. Sehingga munculnya istilah *Six Pack Sunnah* menjadi yang hal kontroversi dikalangan umat Islam sendiri. Akan tetap, dizaman modern saat ini, masa zaman dimana perkembangan teknologi termasuk komputerisasi dan digitalisasi hadis sudah banyak dilakukan dan dikembangkan (Dita Rahmawati Illahi, Ariibah Hanuun Azhari, 2023), akhirnya memudahkan siapa saja untuk meneliti sumber asli hadis yang dimaksud, yang mana hal itu harus dilakukan guna mencari kebenaran dan kualitas dari suatu hadis sehingga dapat digunakan sebagai Hujjah atas dasar menetapkan hukum-hukum syariat yang praktis, sehingga setidaknya dapat digolongkan kedalam hadis yang Shahih, Hasan, Dhaif atau Maudhu' (Zulfitri, 2023). Disamping itu pula, dengan adanya perkembangan ilmu kesehatan saat ini, maka memudahkan dilakukan analisis dari segi ilmu kesehatan guna memberikan indikasi mengenai Sixpack pada perut Nabi saw., yang dengannya dapat memperkuat argumentasi tentang adanya bentuk Sixpack pada perut Nabi apabila dilihat dalam perspektif kesehatan.

Dari uraian diatas, maka penulis akan meneliti kualitas hadis-hadis yang berkaitan dengan *Six Pack* sebagaimana yang telah tersebar di Internet dengan melakukan penelitian baik dari segi Sanad dan Matan-nya, guna mengetahui kualitas hadis yang dimaksud dan menggali konteks sixpack dalam Ilmu kesehatan sehingga dengannya dapat mengetahui kebenaran hadis tersebut dalam menentukan apakah *Six Pack* merupakan sunnah atau bukan.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan (Darmalaksana, 2020; Sholikhah, 1970). Data primer yang digunakan dalam penelitian ini adalah kitab-kitab *Turots* (klasik) yang terdiri atas Kutub *Mashodir Ashliyyah al-Hadits* (Kitab-Kitab sumber asli hadis) seperti *Kutub as-Sittah* dan kitab yang hadir sebelum dan sesudah *Kutub as-Sittah* dan kitab-kitab *Tarojum wa ath-Thabaqat* (Biografi) serta kitab-kitab *Tarikh* (sejarah), seperti kitab *Tahdzib al-Kamal fii Asma' ar-Rijal* karya Jalamuddin Yusuf al-Mizzi, *Kitab Siyar A'lam an-Nubala'* karya Syamsuddin adz-Dzahabi dan *Kitab Tahdzib at-Tahdzib* karya Ibnu Hajar al-'Asqalani. Adapun data sekunder yang digunakan adalah literatur pendukung seperti buku dan jurnal ilmiah serta informasi yang beredar didunia digital. Sumber-sumber (Mellon, 2015) data akan dikumpulkan dengan teknik *Library Research* (Studi Kepustakaan).

Dalam penelitian ini, peneliti dalam mencari keabsahan sebuah hadis adalah menggunakan metode *Takhrij al-Hadits* (Matondang, 2019; Sagala, 2021) dan dalam mencari biografi perawi (Ansari, 2013) akan menggunakan teknik *Naqs as-Sanad* (Kritik sanad). Hal ini dilakukan guna memperlihatkan redaksi asli hadis



Dan dalam mempermudah pencarian hadis, peneliti menggunakan alat bantu berupa *software Maktabah Syamilah*. dengan menggunakan beberapa kata kunci seperti *مَا رَأَيْتُ بَطْنَ* dan *الْقَرَاطِيسَ الْمُتْنِيَّةَ* maka didapati beberapa hadis sebagai berikut:

1) Musnad Abu Dawud ath-Thayalisi

حَدَّثَنَا أَبُو دَاوُدَ قَالَ: حَدَّثَنَا شَيْبَانُ، عَنْ جَابِرٍ، عَنْ أَبِي صَالِحٍ، عَنْ أُمِّ هَانِيٍّ، قَالَتْ: «مَا رَأَيْتُ بَطْنَ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَطُّ إِلَّا ذَكَرْتُ الْقَرَاطِيسَ الْمُتْنِيَّةَ بَعْضُهَا عَلَى بَعْضٍ»

Artinya: Telah menceritakan kepada kami Abu Dawud dia berkata, telah menceritakan kepada kami Syaiban, dari Jabir, dari Abi Shalih, dari Ummu Hani' ia berkata "Saya tidak melihat bentuk perut rasulullah keculi saya ingat lipatan kertas-kertas yang digulung antara satu dengan yang lainnya" (At-Tayalisi, 1999, juz 3, h. 190, no. 1724).

2) Mu'jam al-Kabir ath-Thabrani

حَدَّثَنَا مُحَمَّدُ بْنُ صَالِحٍ بْنِ الْوَلِيدِ النَّرْسِيُّ، ثنا أَبُو حَفْصٍ عَمْرُو بْنُ عَلِيٍّ، ثنا أَبُو دَاوُدَ، ثنا شَيْبَانُ، عَنْ جَابِرٍ، عَنْ أَبِي صَالِحٍ، عَنْ أُمِّ هَانِيٍّ، قَالَتْ: «مَا رَأَيْتُ بَطْنَ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَطُّ إِلَّا ذَكَرْتُ الْقَرَاطِيسَ بَعْضُهَا عَلَى بَعْضٍ»

Artinya: Telah menceritakan kepada kami Muhammad bin Shalih al-Walid an-Narsi, telah menceritakan kepada kami Abu Hafsh 'Amru bin 'Ali, telah menceritakan kepada kami Abu Dawud, telah menceritakan kepada kami Syaiban, dari Jabir, dari Abi Shalih, dari Ummu Hani' ia berkata: "Saya tidak melihat bentuk perut rasulullah keculi saya ingat lipatan kertas-kertas yang digulung antara satu dengan yang lainnya" (Ath-Thabrani, 1994, juz 24, h. 413, no. 1006).

3) Muntaqa Hadits

حَدَّثَنَا مُحَمَّدٌ، قَالَ: نا حَمَّادُ بْنُ الْحَسَنِ بْنِ عَنبَسَةَ، قَالَ: نا أَبُو دَاوُدَ، قَالَ: نا شَيْبَانُ، عَنْ جَابِرٍ، عَنْ أَبِي صَالِحٍ، عَنْ أُمِّ هَانِيٍّ، قَالَتْ: «مَا رَأَيْتُ بَطْنَ النَّبِيِّ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَطُّ إِلَّا ذَكَرْتُ الْقَرَاطِيسَ تُنْبِي بَعْضُهَا بَعْضًا»

Artinya: telah menceritakan kepada kami Muhammad ia berkata, telah menceritakan kepada kami Hammad bin al-Hasan bin 'Ansabah ia berkata, telah menceritakan kepada kami Abu Dawud ia berkata, telah menceritakan kepada kami Syaiban, dari Jabir, dari Abi Shalih, dari Ummu Hani' ia berkata:, "Saya tidak melihat bentuk perut rasulullah keculi saya ingat lipatan kertas-kertas yang digulung antara satu dengan yang lainnya" (Makhlad, 2004, h. 212).

4) Tarikh Baghdad

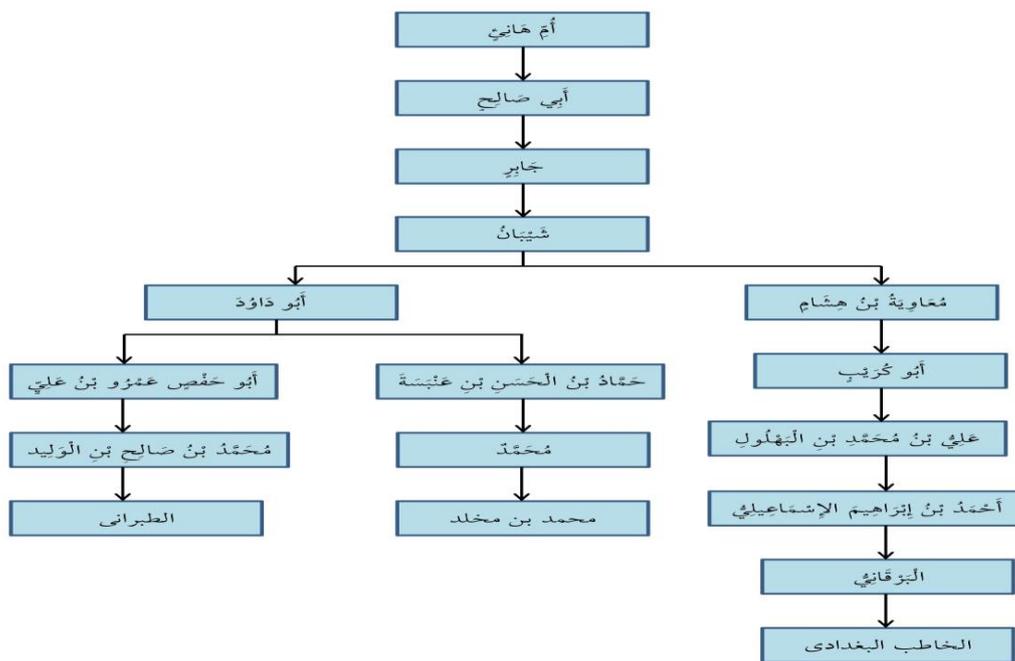
أَخْبَرَنَا الْبُرْقَانِيُّ، قَالَ: حَدَّثَنَا أَحْمَدُ بْنُ إِبْرَاهِيمَ الْإِسْمَاعِيلِيُّ، قَالَ: أَخْبَرَنَا عَلِيُّ بْنُ مُحَمَّدٍ بْنِ الْبَهْلُولِ أَبُو الْحَسَنِ بَيْعَدَادَ، قَالَ: حَدَّثَنَا أَبُو كُرَيْبٍ، قَالَ: حَدَّثَنَا مُعَاوِيَةُ بْنُ هِشَامٍ، عَنْ شَيْبَانَ بْنِ عَبْدِ الرَّحْمَنِ، عَنْ جَابِرٍ، عَنْ أَبِي صَالِحٍ، عَنْ أُمِّ هَانِيٍّ، قَالَتْ: " مَا رَأَيْتُ بَطْنَ رَسُولِ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ إِلَّا ذَكَرْتُ الْقَرَاطِيسَ الْمُتْنِيَّةَ بَعْضُهَا عَلَى بَعْضٍ

Artinya: Telah mengabarkan kepada kami al-Barqani ia berkata, telah menceritakan kepada kami Ahmad bin Ibrahim al-Isma'ili ia berkata, telah mengabarkan kepada kami Ali bin Muhaammad bin al-Bahlul Abu al-Hasan di Baghdad ia berkata, telah menceritakan kepada kami Abu Kuraib ia berkata, telah menceritakan kepada kami Muawiyah bin Hisayam, dari Syaiban bin Abdirraman, dari Jabir, daari Abi Shalih, dari Ummu Hani' ia berkata: "Saya tidak melihat bentuk perut rasulullah keculi saya ingat lipatan kertas-kertas yang digulung antara satu dengan yang lainnya" (Al-Baghdadi, 2002, juz 13, h. 531, no. 6410).

Secara kumulatif, semua hadis yang ditemukan diatas memiliki matan yang hampir sama seperti redaksi asli yang telah ditemukan sebelumnya. Dengan keadaan yang demikian, maka dapat terlihat bahwa redaksi hadis yang berada di internet merupakan hadis yang memiliki sumber asli yang dapat dipertanggung jawabkan.

### Skema Sanad Gabungan

Dalam Sub pembahasan ini, dalam rangka memperkuat sanad suatu hadis yang pada mulanya dilihat sebagai hadis gharib adalah dengan cara melakukan *I'tibar Sanad* (Arifin, 2012; Fauziah, 2018), yakni dengan cara merangkai rangkaian sanad hadis dari berbagai periwayat yang dapat dilihat dalam skema sanad dibawah ini:



Melalui skema sanad diatas, dapat diketahui bahwa seluruh hadis mengenai Six Pack sebagaimana dipaparkan dalam sub bab sebelumnya adalah berasal dari Ummu Hani'. Hadis ini tidak memiliki *Syawahid* dan *I'tibar* yang *Tamm* maupun *Qashirah*.

Jika dilihat dapar rangkaian sanad diatas, maka dapat dilihat bahwa hadis mengenai Sixpack telah dibubukan sejak abad ke 3 Hijriyah oleh Abu Dawud ath-Thayalisi. Pada dasarnya, dalam melakukan takhrij skema sanad gabungan, penting untuk melakukan Naqs as-Sanad (Kritik sanad) atas setiap perawi dalam sanad. Akan tetapi, dalam hal ini peneliti hanya akan menjabarkan satu rangkaian sanad yakni sebagaimana yang terdapat dalam kitab Musnad Abu Dawud karya Abu Dawud ath-Thayalisi. Karena, dengan mendapati hasil dari sanad tersebut, sudah cukup untuk menentukan kualitas hadis diatas, sebab seluruh rangkaian sanad dari Thabaqah pertama hingga terakhir adalah dalam bentuk Sanad yang Ahad (tunggal) hingga kepada Musnad Abu Dawud.

Berikut adalah pemaparan Naqs as-Sanad dalam Sanad Hadis Musnad Abu Dawud

### 1) Ummu Hani'

Nama lengkapnya adalah Fakhitah binti Abi Thalib bin Abdil Muthalib, saudara perempuan Ali, memiliki Kunyah Ummu Hani' (Al-Asbahan, 1998, juz 6, h. 3419). Ibu nya adalah Fathimah binti Asad bin Hasyim bin Abdu Manaf. Disebutkan juga namanya adalah Atikah (Ar-Ru'aini, 2009, juz 6, h. 347). Terjadi perbedaan pendapat mengenai nama aslinya, ada yang menyebut Fakhitah, ada yang menyebut Hindun, akan tetapi paling banyak menyebutkan nama Fakhitah (Al-Atsir, 1994, juz 7, h. 209).

Meriwayatkan darinya: Ibnu Abbas, Mujahid, Urwah, Atha', Ikrimah, Kuraib, Ibnu Abi Laila, asy-Sya'bi, Abu Murrâh, **Abu Shalih** (*maula-nya*) (Al-Asbahan, 1998, juz 6, h. 3419).

Sebagai seorang Shahabiyah maka tidak perlu dilakukan Jarh wa Ta'dil atas kepribadiannya, karena Ulama Hadis bersepakat atas keAdilan Sahabat. Hadis-hadis yang diriwayatkan oleh Ummu Hani' juga termuat dalam Kutub as-Sittah Ar-Ru'aini, Al-Jami' Lima Fii Al-Mushannafat Al-Jawami' Min Asma' Ash-Shahabah, h. 347. Wafat setelah tahun 40 H, setelah wafat saudaranya Ali bin Abi Thalib. Meriwayatkan dari Nabi sebanyak 46 buah hadis (Muhammad, 2005, juz 1, h.146).

### 2) Abi Shalih (Badzam)

Nama aslinya adalah Abu Shalih Badzam, disebut juga Badzan (Adz-Dzahabi, 1985, juz 5, h. 37; Ar-Razi, 1952, juz 1, h. 135). Ia merupakan Maula Ummu Hani' binti Abi Thalib.

Meriwayatkan dari: 'Ali, Ibnu Abbas, (M. bin al-H. abu al-H. al-Q. An-Naisaburi, 1984, juz 1, h. 535) **Ummu Hani'**. Meriwayatkan darinya Simak bin Harb, Muhammad bin al-Saib al-Kalbi, Ismail bin Abi Khalid (Sa'ad, 1990, juz 5, h. 231).

Al-Ijli: *Abu Shalih Tsiqah Taqaddam* (Al-Ijli, 1985, juz 2, h. 256). Berkata Muhamamd bin Basyar: Abdurrahman bin Mahdi meninggalkan hadisnya. An-nasai: *Dhaif* (Al-Jurjani, 1997, juz 2, h. 256). Berkata an-Nasai; *Laisa bitsiqah*. Penulis kitab berpendangan pendapat yang benar: *Biqawiy* (Kuat). Hal itu karena seolah-olah ia tertutupi, karena an-Nasai tidak berkara: *Laisa bistiqah* dalam Rijal yang ia sebutkan dalam kitabnya, dan Rijal ini dari *Thabaqat as-Samman*, akan tetepi ia hidup setelahnya selama kurang lebih dua puluh tahun (Adz-Dzahabi, 1985, juz 5, h. 37-38). Yahya bin Main: *Laisa bihi Ba's*, apabila ia meriwayatkan dari al-Kalbi. Ibnu Hajar al-Asqalani: *Abu Shalih Dhaif, Mudallis* (Adz-Dzahabi, 2006, juz 1, h. 144), *Qad 'An'anah* (dia Meriwayatkan secara Mu'an'an) (Adz-Dzahabi, 2006, juz 3, h. 209).

### 3) Jabir

Nama lengkapnya adalah Jabir bin Yazid bin al-Harits bin Abd Yaguts al-Ju'fi. Al-Kufi, Abu Abdillah, disebut pula: Abu Yazid, disebut pula: Abu Muhammad. Seorang tabiin, seorang fuqaha' syiah, berasal dari kufah, wafat di kufah (Ad-Dimasyqi, 2002, juz 2, h. 105). Disebut juga sebagai seorang *Rafidhi* (Al-Maqdisi, 1994, h. 48).

Meriwayatkan dari: Abu at-Thufail Amir bin Wastilah, asy-Sya'bi,

Mujahid, Abu adh-Duha, Ikrimah, Thaifah (Adz-Dzahabi, 2004, juz 2, h. 109). Juga meriwayatkan dari Al-Harits bin Muslim, Khaitsamah bin Abi Khaitsamah al-Bashri, Zaid al-Umyi, Salim bin Abdullah bin Umar, Thawus bin Kaisa, Abi Haris Abdullah bin al-Husain, Abdullah bin Naji, Abdullah bin Abdurrahman bin al-Aswad bin Yadiz, 'Atha' bin Abi Rabah, 'Ikrimah Maula Ibnu Abbas, 'Ammar ad-Dahni, al-Qasim bin Abdurrahman bin Abdullah bin Mas'ud, al-Qasim bin Abu Bakar as-Siddiq, Muhammad bin Qarazah al-Ansori, Abu Zubair Muhammad bin Salim al-Makki, Abi Azib Muslim bin Amr, Mughirah bin Syabil (Al-Mizzi, 1991, juz 4, h. 470), serta Atha' bin Rabiah dan al-Qasim (Al-Maqdisi, 1994, h. 48).

Meriwayatkan darinya: Syu'bah, Ma'mar, dua orang sufyan (*Sufyanan*), Israil, Syarik, Abu Awanah (Adz-Dzahabi, 2004, juz 2, h. 109), Hassan bin Ibrahim al-Kirmani, al-Hasan bin Shalih bin Hay, Hafzh bin Umar al-Barjami al-Azraq, Zuhair bin Muawiyah (Al-Maqdisi, 1994, h. 48), Salam bin Abi Mathi', Syaiban bin Abdurrahmaan, Abdurrahman bin Abdullah al-Mas'udi, Qais bin Rabi' Abu Hamzah Muhammad bin Maimun as-Sakari, Mi'sar bin Kaddam, al-Mufaddhal bin Abdullah al-Kufi (Al-Mizzi, 1991, juz 4, h. 470).

Berkata Abdurrahman bin Mahdu dari Sufyan: ia adalah seorang yang *Wara' fii al-Hadits*, tidak kutemukan orang yang lebih Wara' dalam hadis dari selainnya. Abu Dawud: *Dhaif* (An-Nuri, 1992, juz 1, h. 122), *Rafidhi* (As-Sijistani, 1981, h. 180). Ibnu Ulayyah dari Syu'bah: *Jabir Shaduq fii al-Hadis*. Yahya bin Abi Bukair dari Syu'bah: apabila ia berkata: "*Haddatsana*" dan "*Sami'tu*" maka ia *Autasq an-Nas*. Ahmad bin Hanbal: Yahya dan Abdurrahman meninggalkannya. An-Nasai: *Matruk al-Hadis* (An-Nuri, 1992, juz 1, h. 122), *Laisa Bitsiqah*, *Laa Yuktabu Haditsu*. Ibrahim al-Juzajani: *Kadzdhab*. Ibnu Sa'ad: Kana Yudallis, Dha'if Jiddan. As-Saji dalam adh-Dhuafa': *Kadzdhabhu Ibnu Uyainah*. Al-'Ijli: *Dhaif*, Ghuluw dalam Syiah, *Yudallis*. Abu Ahmad al-Hakim: Berkeyakinan Murjiah, *Ittahaq bi al-kidzib* (Al-Balkhi, 2000, juz 2, h. 101). Ad-Daruquthni dalam as-Sunan: *Dhaif*, *Matruk*. Muslim dalam al-Kuna: *Matruk* (An-Nuri, 1992, h. 122).

Disebutkan bahwa ia wafat pada tahun 128 H (Al-Mizzi, 1991, juz 4, h. 470), namun ada pula yang mengatakan bahwa ia wafat tahun 127 atau 132 H (Al-Maqdisi, 1994, h. 48).

#### 4) Syaiban

Nama lengkapnya adalah Syaiban bin Abdurrahman at-Tamimi (Az-Zuhri, 1993, juz 1, h. 484) Abu Muawiyah al-Bashri (Al-Ijli, 1984, h. 224) Maulahum al-Kufi, Abu Muawiyah al-Bashri (As-Sijistani, 1981, h. 269), al-Muaddibi an-Nahwi (An-Nuri, 1992, juz 1, h. 384). Al-Imam, al-Hafizh, ats-Tsiqqah (Adz-Dzahabi, 1985, juz 7, h. 405-407). Dia adalah seorang maula bani Tamim, ia adalah seorang Qari' Muhaddits, Ahli Nahwu, termasuk pendahulu dari kalangan Ilmu Nahwu, tinggal di Kufah kemudian pindah ke Baghdad (Al-Anbari, 1983, h. 37). Ia adalah muaddib Sulaiman bin Dawud dan saudaranya di Baghdad (Al-Mizzi, 1991, juz 12, h. 595-596).

Meriwayatkan dari: al-Hasan, Qatadah bin Diamah, Yahya bin Abi Katsir (M. bin A. bin M. A. A. Al-Maqdisi, 1994), al-A'masy, Utsman bin Abdillah bin Mujahid, Asy'ats bin Abi asy-Sya'tsa', Yahya bin Abi Katsir, Abdul Malik bin

Umair, Ziyad bin Alaqah. Meriwayatkan darinya Ubaidullah bin Musa, Abu Ahmad az-Zubairi, Zaidah, Yunus al-Muaddib, al-Hasan bin Musa al-Asy'ab, Muq'wiyah bin Hisyam, Husain bin Muhammad, Syababah bin Sawwar (A. bin A. bin Muhammad, 1983, juz 1, h. 304), al-Ajlah bin Abdillah al-Kindi, Ismail bin Abi Khalid, **Jabir al-Ju'fi**, al-Hakam bin Utaibah, Sulaiman bin al-A'masy, Simak bin Harb, Ashim bin Bahdalah, Abdullah bin al-Mukhtar, Abdul Malik bin Umair, Utsman bin Abdullah bin Mauhib, Isa bin Ali bin Abdillah bin Abbas, Faras bin Yahya al-Hamdani, Laits bin Abi Sulaim, Manshur bin al-Mu'tamir, Nuaim bin Abi Hind, Hilal al-Wazan, Wail bin Dawud (Al-Mizzi, 1991), al-Hasan al-Bashri (Al-Anbari, 1983).

Meriwayatkan darinya: Abdurrahman bin Mahdi, al-Walid bin Muslim, Ubaidullah bin Musa Al-Maqdisi (Al-Maqdisi, 1994, h. 123), Ahmad bin Khalid al-Wahibi, Ahwash bin Jawab al-Qadhi, Adam bin Abi Iyas, Asad bin Musa, al-Hasan bin Musa al-Asy'ab, al-Husain bin Muhammad al-Marwadzi, Khalid bin Abdurrahman al-Khurasani, Abu Dawud bin Sulaiman bin Dawud at-Tayalisi, Muhammad bin Sabiq al-Baghdadi, Muadz bin Muadz al-Anbari, Muawiyah bin Hisyam al-Qasshar, Abu Hanifah Nu'man bin Tsabit, Yahya bin Abi Bukair al-Kirmani, Yazid bin Harun, Yunus bin Muhammad al-Muaddib (Al-Mizzi, 1991, juz 12, h. 592-596).

Berkata Shalih: berkata ayahku: Syaiban *Tsabtun* dalam semua syaikhnya. Abu Dawud: aku mendengar Ahmad berkata: Syaiban berselisih dengan al-Auzai dalam hadis Utsman pada hadis Wudhu'. Berkata Abu Thalib: aku mendengar Ahmad berkata: Syaiban *Tsabtun* pada sanad Yahya bin Abi Katsir. Berkata al-Astram: aku mendengar Abdullah Ahmad bin Hanbal berkata: Syaiban lebih aku sukai dari al-Auzai pada Yahya bin Abi Katsir, ia merupakan pemilik Kitab Shahih, Hadisnya Shalih (Ar-Rubath, 2009, h. 169). Abu Dawud: *Tsiqah Shahib Kitab*, wafat tahun 164 H (An-Nuri, 1992, h. 269) Al-Ijli: *Kufiyyun Tsiqah*. Tirmidzi: *Tsiqah Indahum* (An-Nuri, 1992, h. 384). Ditanyakan kepada Imam Ahmad tentang Syaiban: Hadisnya Shahih. Ditanyakan kepada Yahya bin Main tentang Syaiban: *Tsiqah, Yuwatsiquhu*. Ibnu Ammar: *Bashriyyun Tsiqah* (Al-Anbari, 1983, h. 37). Ya'qub bin Syaibah dalam Tarikh Baghdad: ia adalah seorang ahli Qiraat yang Masyhur. Abu Hatim dalam al-Jarh wa at-Ta'dil: *Hasan al-Hadits, Shalih al-Hadits, Yuktabu Haditsuhu*. Abdurrahman bin Yusuf bin Khurras dalam Tarikh Baghdad: *Shoduq* (Al-Mizzi, 1991). Ibnu Sa'ad, Ahmad al-'Ijli, an-Nasai: *Tsiqah* (Adz-Dzahabi, 1985, juz 7, h. 406-407). *Tsiqah, Shahib Kitab*, wafat tahun 164 H (Al-Maqdisi, 1994, h.123). *Tsiqah Taqaddam fii* (Az-Zuhri, 1993). Disepakati atas ketsiqahannya, meriwayatkan darinya al-jamaah (Al-Ijli, 1984, h. 224).

Muhammad bin Saad dalam Thabaqahnya dan Ya'qub bin Sayibah menyebutkan bahwa Syaiban wafat pada kekhalifahan al-Mahdi tahun 164 H (Al-Mizzi, 1991). Wafat di Baghdad, dimakamkan di pekuburan al-Khayzaran. Dikatakan pula ia wafat tahun 170 H pada kekhalifahan al-Mahdi (Al-Anbari, 1983).

##### 5) Abu Dawud

Nama lengkapnya adalah Sulaiman bin Dawud bin al-Jarud Abu Dawud ath-Thayalisi al-Bashri (Az-Zuhri, 1993, juz 1, h. 159), Berasal dari Persia, Maula

Quraisy. Yahya bin Main berkata: ia adalah maula keluarga az-Zubair bin al-Awwam, dan ibunya adalah seorang Wanita Persia, seorang maula Bani Nashr bin Muawiyah (A. M. A. G. Al-Maqdisi, 2016, juz 5, h. 259).

Meriwayatkan dari: Sufyan ats-Tsauri, Syu'bah, Aban al-Aththar, Aiman bin Nabil, Ibnu Aun, al-Mustamir bin ar-Rayyan, Ja'far bin Sulaiman, Isa bin Shadaqah, **Syaiban bin Abdurrahman**, Hammam bin Yahya, Syarik bin Abdillah, Ibnu al-Mubarak, Imran al-Qaththan, Sulaiman bin al-Mughirah, al-Mubarak bin al-Fadhalah, Abdul Aziz al-Majisyun, Ibnu Abi Dzi'bin, dll (A. M. A. G. Al-Maqdisi, 2016, juz 5, h. 256-257). Hammad bin Zaid, Hammad bin Salamah, Muhammad bin Muslim bin Mihran, hammam bin Yahya, wuhaib bin Khalid., dll (Al-Mizzi, 1991, juz 22, h. 401-402).

Meriwayatkan darinya: Jarir bin Abdul Humaid (juga merupakan gurunya), Ahmad bin Hanbal, Abu Bakar bin Abi Syaibah, Amru bin Ali, Muhammad bin Basysyar, Muhammad bin al-Mutsanna, Mahmud bin Ghailan, Abbas bin Muhammad, Harun bin Sulaiman (A. M. A. G. Al-Maqdisi, 2016).

Ibnu Sa'ad: *Tsiqatun Hafizha* (Az-Zuhri, 1993, juz 1, h. 334). Al-Ijli: *Bashriyyun Tsiqah*, ia adalah seorang *Huffazh* (An-Nuri, 1992, juz 1, h. 334). Umar bin Syabbah berkata: Mereka menulis dari Abu Dawud ath-Thayalisi di Asbahan sebanyak 40.000 hadis dan tidak ada bersamanya Kitab. Al-Ijli meriwayatkan dari ayahnya bahwa ia berkata: Abu Dawud ath-Thayalisi *Bashriy*, *Tsiqah*, dan banyak *Huffazh* yang berkunjung kepadanya, Abu Dawud hafal 40.000 hadis. Muhammad bin Basysyar berkata, ia mendengar Abu Dawud ath-Thayalisi berkata: aku meriwayatkan hadis dari Asbahan sebanyak 41.000 hadis yang kumulai tanpa bertanya. Ibnu al-Madini bertaka: Tidak kudapati seorang yang lebih Hafizh daripada Abu Dawud ath-Thayalisi (Bakar, 1988, h. 279). Ja'far al-Firyabi dari Amru bin Ali dalam al-Kamil libni Adi: Abu Dawud *Tsiqah*. Amru bin Ali dalam Tarikh Baghdad, bahwa ia mendengar Abdurrhman bin Mahdi berkara: Abu Dawud ath-Tahyalisi *Ashdaq an-Nas*. Berkata al-Hajjaj bin Yusuf bin Qutaibah dari an-Nu'man bin Abdissalam: *Abu Dawud Tsiqah Ma'mun* (Al-Mizzi, 1991).

Wafat tahun 204 HaAs-Sijistani (As-Sijistani, 1981, h. 195), Muhammad bin Abdullah al-Hadhrami berkata Abu dawud ath-Thayalisi meninggal tahun 204 H (Bakar, 1988, h. 279).

Natijah: sebagaimana yang telah disepakati para ulama bahwa suatu hadis dapat dikatakan shahih apabila memenuhi lima syarat, yakni 1) *Ittishal as-Sanad* (bersambung sanad antara guru dengan murid, baik *Liqqa'* (bertemu) maupun *Mu'asyarah* (semasa), 2) Seluruh Perawinya berstatus '*Adil*', 3) Seluruh perawinya berstatus *Dhabit*, 4) Tidak terdapat *Syadz*, dan 5) Tidak terdapat '*Illat*' (Maulana, 2018).

Jika melihat pada Tarojum dalam sanad hadis Musnad Abu Dawud diatas guna melihat apakah hadis tersebut shahih atau tidak, maka dapat diinterpretasikan sebagai berikut:

- a) Dalam sisi ketersambungan sanad, maka dapat dilihat bahwa rangkaian antara guru dan murid mengalami *Ittishal* karena dari tahu wafat dan lahir dapat mengindikasikan hidup dalam satu masa. Akan tetapi, pada rangakain antara Abu Shalih dan Jabir al-Ju'fi, tidak ditemukan kapan

wafat dari Abu Shalih, sehingga tidak dapat dipastikan terjadi pertemuan atau hidup sesame keduanya, sehingga tidak dapat dipastikan bahwa sanad hadis Abu Dawud diatas adalah Ittishal (bersambung).

- b) Secara nyata telah tampak Jarh yang diberikan kepada dua orang perawi, yakni Abu Shalih seperti Dha'if yang disampaikan oleh al-Jurjani dan Ibnu Hajar al-Asqalani, serta tambahan pula Mudallis oleh Ibnu Hajar al-Asqalani dan Jabir al-Jufi yang telah divonis merupakan seorang Rafidhoh oleh al-Maqdisi, Matruk sebagaimana disampaikan oleh Imam Muslim dan an-Nasa'i serta Matruk sebagaimana disampaikan oleh ad-daruquthni. Dengan demikian, sanad hadis Musnad Abu Dawud diatas tidak memenuhi syarat Shahih yang kedua.
- c) Penilaian perawi Dhabith tentunya tidak dapat diraih, sebab dua perawi sebagaimana terdapat dalam poin kedua bahwa terapat dua perawi yang Dhaif yakni Abu Shalih bahkan Matruk yakni Jabir al-Ju'fi.
- d) Tidak terdapatnya Syadz dalam matan hadis diatas, memang tidak terdapat spesifik yang menyampaikan sebaliknya. Akan tetapi, terdapat indikasi bahwa hadis ini bertentangan dengan salah satu hadis Shahih dari Shahih al-Bukhari, yaitu:

حَدَّثَنَا عَبْدُ اللَّهِ بْنُ مَسْلَمَةَ بْنِ قَعْنَبٍ قَالَ: حَدَّثَنَا أَفْلَحُ بْنُ حُمَيْدٍ، عَنِ الْقَاسِمِ بْنِ مُحَمَّدٍ، عَنْ عَائِشَةَ قَالَتْ: « كُنْتُ أُغْتَسِلُ أَنَا وَرَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ مِنْ إِنَاءٍ وَاحِدٍ، تَخْتَلِفُ أَيْدِينَا فِيهِ مِنَ الْجَنَابَةِ »

Artinya: Telah menceritakan kepada kami Abdullah bin Maslamah bin Qa'nab ia berkata, telah menceritakan kepada kami Aflah bin Humaid, dari al-Qasim bin Muhammad, dari Aisyah ia berkata: *Saya mandi bersama Rasulullah saw., dalam satu bejana, tangan kami terpisah padanya karena junub* (M. bin al-H. An-Naisaburi, 1955, juz 1, h. 321).

Hadis Shahih diatas dianggap bertentangan dengan Hadis Musnad Abu Dawud diatas karena Shahabiyah yakni Ummu Hani' bukanlah Istri Nabi saw., maka bagaimana mungkin Ummu Hani' yang bukan istri Nabi dapat melihat bentuk perut Nabi saw., sedangkan Aisyah yang merupakan istri Nabi dan pernah mandi dengan Nabi saw., dengan satu bejana tidak pernah meriwayatkan hadis tentang bentuk perut Nabi saw., atau juga hadis-hadis shahih yang diriwayatkan oleh Istri-Istri Nabi saw. Sehingga dapat dinilai bahwa Hadis ini Syadz dan tidak dapat memenuhi syarat Shahih.

- e) Adapun yang terakhir mengenai adanya Illat, ini merupakan penilaian yang sulit dan mesti dipahami oleh Ilmu yang dalam, bahkan dinyatakan bahwa ilmu 'Illat adalah Ilmu dalam Hadis yang terakhir (Muhsin, 2019). Akan tetapi, melihat kondisi dalam empat poin diatas dengan adanya perawi yang Mudallis, maka dapat dinyatakan hadis ini terdapat 'Illat.

Dengan kenyataan yang terdapat dalam syarat hadis shahih diatas, dapat dinyatakan bahwa hadis Musnad Abu Dawud diatas tidak memenuhi syarat untuk disebut sebagai hadis yang Shahih. Bahkan dengan adanya perawi yang mendapat penilaian *Muttaham bil Kidzib* (dituduh berdusta), meskipun sanad hadis ini Dha'if, maka tidak dapat digunakan sebagai Hujjah.

## Analysis Result

Pemahaman tentang bahwa Nabi Muhammad saw., memiliki bentuk perut Sixpack adalah perkara yang pada dasarnya hanya menyangkut perihal Khalqiyah (bentuk fisik Nabi saw). Akan tetapi, keadaan ini mulai menjadi serius apabila dalam pemahamannya disampaikan bahwa Sixpack adalah sunnah, baik itu sunnah sebagai sisonim dari hadis maupun sunnah dalam pengertian hokum Taklif.

Pemahaman yang meyakinkan bahwa Nabi Muhammad memiliki bentuk fisik Sixpack adalah suatu yang berbahaya jika tidak disertai dengan dalil yang shahih dan meyakinkan, karena dikhawatirkan hal itu akan jatuh dalam hal berbohong atas nama Nabi Muhammad saw., dan sebagaimana diketahui bahwa berbohong atas nama Nabi Muhammad saw., hukumannya dalam hadis adalah berada di Neraka dan persaksiannya tidak akan diterima selama-lamanya meskipun ia telah bertaubat.

Kenyataan yang dialami saat ini adalah bahwa sangat banyak website dan media social dari berbagai platform yang dengan sangat berani menyuarakan Sixpack sebagai sunnah tanpa menyertakan dalil yang menguatkannya. Terlihat bahwa memang kebanyakan para pengunggah hanya melakukan copy paste terhadap suatu konten tertulis atau melalui ceramah tanpa melakukan cek ulang atas keberanaran yang disampaikan. Motifnya terlihat bahwa hadis tersebut digunakan untuk memotifasi ummat agat rajin berolahraga dan menghasilkan bentuk sixpack, meskipun niatnya baik akan tetapi tindakan yang dilakukan membawa hadis dan nama Nabi tanpa dalil yang kuat adalah tidak dibenarkan oleh agama.

Dalam pembahasan-pembahasan sebelumnya telah tampak bahwa hanya terdapat satu hadis yang menjadi indikasi bahwa Nabi Muhammad saw., memiliki bentuk perut sixpack. Meskipun hadis tersebut memiliki beberapa jalur riwayat, akan tetapi pada matan atau redaksi yang disampaikan adalah sama dan telah dituliskan pertama kali oleh Imam Abu Dawud ath-Thayalisi dalam Musnad-nya bahwa Ummu Hani' meriwayatkan Nabi Muhammad saw., memiliki bentuk perut seperti kertas yang digulung kemudian dirumpuk satu sama lainnya.

Jika merujuk syarah hadis, maka tidak ditemui syarah yang spesifik memberi penjelasan terhadap hadis tersebut. Hal ini dikarenakan hadis tersebut tidak memiliki kualitas hadis yang dapat dijadikan Hujjah, sehingga penjelasan atasnya tidak akan mencapai tujuannya karena pada hukum dasar hadis tersebut adalah tidak dapat diamalkan.

Analisis takhrij yang dilakukan telah mencapai intinya bahwa hadis tersebut secara kualitas tidak memiliki kualitas hadis yang Shahih, bahkan dalam tingkatan hadis Dhaif pun hadis tersebut tidak dapat diamalkan karena terdapat perawi yang dituduh berdusta dalam sanadnya. Tidak ditemukannya dalil yang menguatkan hal ini menjadikn kualitas hadis ini tidak dapat naik tingkat sama sekali, bahkan terdapat bentuk kejanggalan dari Shahabiyah yang mesti dipertanyakan tentang bagaimana ia dapat meriwayatkan tentang kondisi perut Nabi sementara ia bukanlah istri Nabi, sedangkan Aisyah dan istri-istri Nabi saw,, yang lain yng juga pernah mandi bersama beliau tidak pernah

meriwayatkan mengenai kondisi bentuk fisik perut Nabi saw.,

Akan tetapi, jika dilihat dari kiat-kiat mendapatkan bentuk Sixpack pada perut akan didapatkan indikasi bahwa Nabi Muhammad saw., memiliki bentuk perut yang Sixpack. Hal ini dapat dilihat dalam beberapa hadis bahwa Nabi Muhammad saw., tidak pernah makan secara berlebihan, memiliki waktu tidur yang cukup, tidak malas berolahraga, dan aktif beraktifitas tidak bermalasan dengan banyak terlalu banyak tidur

## KESIMPULAN

Melalui pemaparan dalam pembahasan diatas didapati bahwa pemahaman yang menyatakan Nabi Muhammad saw., memiliki bentuk perut Sixpack yang dilandaskan pada hadis riwayat Musnad Abu Dawud ath-Thayalisi dan hadis lain yang memiliki pangkal sanad yang bersumber darinya tidak dapat diamalkan berdasarkan syarat-syarat kebolehan diamalkan suatu hadis. Dan pemahaman yang menyatakan bahwa sixpack merupakan Sunnah, baik Sunnah sebagai sinonim dari hadis maupun Sunnah dalam pengertian hukum *Taklif* tidak dapat dibenarkan. Akan tetapi, perspektif kesehatan memberikan pandangan dengan korelasi antara teori menghasilkan bentuk Sixpack pada perut dengan realitas pola hidup Nabi saw., adalah bahwa dimungkinkan Nabi Muhammad saw., memang memiliki bentuk perut yang Sixpack. Penyebaran hadis tentang Sixpack Nabi dan menyatakannya sebagai suatu Sunnah Nabi adalah pernyataan yang tidak dapat dipertanggung jawabkan dan harus sesegera mungkin mendapatkan klarifikasi dari pengunggah terhadap konten yang disebar.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ad-Dimasyqi, K. bin M. bin M. (2002). *al-A'lam lizzarkali*. Daar al-'Ilm.
- Adz-Dzahabi, S. M. (1985). *Siyar al-A'lam an-Nubala* (3rd ed.). Muassasah ar-Risalah.
- Adz-Dzahabi, S. M. (2004). *Tahdzib Tahdzib al-Kamal fii Asma' ar-Rijal* (1st ed.). al-Faruq al-Haditsah li Ath-Thaba'ah wa an-Nasyr.
- Adz-Dzahabi, S. M. (2006). *Siyar al-A'lam an-Nubala'*. Daar al-Hadits.
- Ajani, L. (n.d.). *Cara Mendapatkan Otot Perut Six Pack Dengan Cepat*. Wiki How. Retrieved January 3, 2023, from <https://id.wikihow.com/Mendapatkan-Otot-Perut-Six-Pack-Dengan-Cepat>
- Al-Anbari, A. bin M. K. (1983). *Nuzhatu al-Ba' fii Thabaqat al-Adba'* (3rd ed.). Maktabah al-Manar.
- Al-Asbahan, A. N. A. bin A. (1998). *Ma'rifah ash-Shahabah* (1st ed.). Daar al-Wathan linnasyir.
- Al-Atsir, I. I. (1994). *Asad al-Ghabah fii Ma'rifati ash-Shahabah* (1st ed.). Daar al-Kutub al-Alamiyah.
- Al-Baghdadi, A. B. A. bin A. bin T. bin A. bin M. al-K. (2002). *Tarikh Baghdad* (D. B. 'Awad Ma'ruf (ed.); 1st ed.). Daar al-Maghrib al-Islami.
- Al-Balkhi, A. bin M. al-K. (2000). *Qabul al-Akhbar wa Ma'rifati ar-Rijal* (1st ed.). Daar al-Kutub al-'Alamiyyah.
- Al-Ijli, A. al-H. A. bin A. (1984). *Tarikh ats-Tsiqat* (1st ed.). Daar al-Bazz.
- Al-Ijli, A. al-H. A. bin A. (1985). *Ma'rifatu ats-Tsiqat min Rijal Ahl al-Ilm wa al-Hadits* (1st ed.). Maktabah ad-Daar.
- Al-Jurjani, A. A. bin A. (1997). *al-Kamil fii Dhuafa ar-Rijal* (1st ed.). al-Kutub al-'Alamiyah.
- Al-Maqdisi, A. M. A. G. (2016). *al-Kamal fii Asma' ar-Rijal* (1st ed.). Haiah al-Ammah.
- Al-Maqdisi, M. bin A. bin M. A. A. (1994). *at-Tarikh wa Asma' al-Muhadditsin wa Kunahum* (1st ed.). Daar al-Kutub wa as-Sunnah.
- Al-Mizzi, J. A. al-H. Y. (1991). *Tahdzib al-Kamal fii Asma' ar-Rijal* (1st ed.). Muassasah ar-Risalah.
- An-Naisaburi, M. bin al-H. (1955). *Shahih Muslim*. Mathba'ah Musthafa al-Babi al-Halabi.
- An-Naisaburi, M. bin al-H. abu al-H. al-Q. (1984). *Al-Kuna wa al-Asma'* (1st ed.). Amadah al-Bahts al-Alami.
- An-Nuri, A. abu al-M. (1992). *Al-jami' fii al-Jarh wa at-Ta'dil* (1st ed.). 'Alim al-Kutub.
- Anam, H., Yusuf, M. A., & Saada, S. (2022). Kedudukan Al-Quran Dan Hadis Sebagai Dasar Pendidikan Islam. *Al-Tarbawi Al-Haditsah: Jurnal Pendidikan Islam*, 7(2), 15. <https://doi.org/10.24235/tarbawi.v7i2.11573>
- Ansari, M. (2013). *Takhrij hadis-hadis tentang wudu pada kitab fath Al-Mu 'In karya Zain Ad-Din 'Abd Al-'Aziz Al-Malibari (Kritik sanad dan matan)*. Pascasarjana UIN Sumatera Utara.

- Ar-Razi, A.-R. I. A. H. (1952). *al-Jarh wa at-Ta'dil* (1st ed.). Daar Ihya li at-Turats al-Arabi.
- Ar-Ru'aini, A. M. (2009). *al-Jami' Lima fii al-Mushannafat al-Jawami' min Asma' ash-Shahabah* (1st ed.). Maktabah Islamiyah Linnasyir wa at-Tauzi'.
- Ar-Rubath, K. (2009). *al-Jami' li Ulum al-Imam* (1st ed.). Daar al-Falah.
- Arifin, Z. (2012). Metode Pentarjihan Hadits ditinjau dari segi sanad dan matan. *Jurnal Online Metodologi Tarjih Muhammadiyah*, 1(1), 16–49.
- As-Sijistani, A. D. S. bin al-A. (1981). *Sualat Abi Ubaid al-Ajri 'Ala Abi Dawud as-Sijistani fii al-Jarh wa at-Ta'dil* (1st ed.). Amadah al-Bahts al-Alami.
- At-Tayalisi, S. bin D. bin al-J. A. D. (1999). *Musnad Abu Dawud at-Thayalisi* (T. D. M. bin A. M. At-Turki (ed.); 1st ed.). Daar Hijr.
- Ath-Thabrani, S. bin A. bin A. bin M. al-L. asy-S. abu al-Q. (1994). *Mu'jam al-Kabir* (H. bin A. M. As-Salafi (ed.); 1st ed.). Daar al-Shim'i.
- AXE. (n.d.). *10 Cara Membentuk Perut Six Packs untuk Pemula*. AXE. <https://www.axe.com/id/inspirasi/culture/cara-dapat-perut-six-packs.html>
- Az-Zuhri, M. bin S. (1993). *Thabaqat al-Kubro Mutammim ash-Shahabah* (1st ed.). Maktabah ash-Shadiq.
- Bakar, M. bin A. ghani bin A. (1988). *at-Taqyid lima'rifati Ruwatu as-Sunan wa al-Masanid* (1st ed.). Daar al-Kutub al-'Alamiyyah.
- Darmalaksana, W. (2020). Metode Penelitian Kualitatif Studi Pustaka dan Studi Lapangan. *Pre-Print Digital Library UIN Sunan Gunung Djati Bandung*, 1–6.
- Dita Rahmawati Illahi, Ariibah Hanuun Azhari, I. Y. (2023). PERAN YAYASAN HSI (HALAQAH SILSILAH ILMIYAH) DALAM MENJAGA STABILITAS SOSIAL NEGARA DI ERA DIGITAL 4.0 MELALUI PENYEBARAN HADIS. *AL-ATSAR: Jurnal Ilmu Hadits*, 1(2), 44–71. <https://ejournal.stdiis.ac.id/index.php/al-atsar/article/view/460>
- Edi, R. N. (2014). AS-SUNNAH (HADITS)(Suatu Kajian Aliran Ingkar Sunnah). *Asas*, 6(2), 132–148. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24042/asas.v6i2.1717>
- Fauziah, C. (2018). I'Tibār Sanad Dalam Hadis. *Al-Bukhari : Jurnal Ilmu Hadis*, 1(1), 123–142. <https://doi.org/10.32505/al-bukhari.v1i1.446>
- Fikri, H. K. (2015). Fungsi Hadis Terhadap al-Qur'an. *Tasamuh*, 12(2), 178–188.
- González, E. A. F., Babaitis, R., Viaro, M. S., Cipriani, R. M. M., Vega, H. D., Guerrero, O. R. R., Toledo, P. B., Apodaca, R. A. V., & Mancilla, N. I. G. (2023). Ultrasound-guided Fat Graft of the Obliques–Serratus Complex. *Plastic and Reconstructive Surgery–Global Open*, 11(11), e5390.
- Hanbal, A. bin. (2001). *Musnad al-Imam Ahmad bin HANbal* (S. Al-Arnauth, D. 'Adil Mursyid, & disempurnakan oleh D. A. bin A. M. At-Turki (eds.); 1st ed.). Muassasah ar-Risalah.
- Hanna, W. (2013). The Journal of Strength and Conditioning Research. *Wilderness & Environmental Medicine*, 24(4), 464–465.
- Hayes, S. C., Newton, R. U., Spence, R. R., & Galvão, D. A. (2019). The Exercise and Sports Science Australia position statement: exercise medicine in cancer management. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 22(11), 1175–1199.

- Hefni, H. (2017). *Komunikasi islam*. Prenada Media.
- Husnaini, R. (2019). Hadis mengendalikan amarah dalam perspektif psikologi. *Diroyah: Jurnal Ilmu Hadis*, 4(1), 79–88.
- Islami, A. (2018). Gender Mainstreaming dalam al-Qur'an Hadis dan Relevansinya Terhadap Epistemologi Hukum Islam. *Jurnal Hukum Islam*, 15(1), 181–189. <https://doi.org/10.28918/jhi.v15i1.974>
- Kandulu, H. (2023). Anatomy of the Male Torso in Relation to Body Contouring: Abdomen, Flanks, and Arms. In *Fat Transfer in Plastic Surgery: Techniques, Technology and Safety* (pp. 231–247). Springer.
- Khatam, Z., Maulana, M., & Wicaksana, F. A. (2023). *Analisis Semiotika Roland Barthes Pada Iklan Appeton Weight Gain - Pengantin*. 23–27.
- Kurniawan, A. (2019). *PERUT SIX PACK TERNYATA SUNNAH RASUL*. <https://www.alekkurniawan.com/2019/12/perut-six-pack-ternyata-sunnah-rasul.html>
- Lefebvre, H. (2017). *Everyday life in the modern world*. Routledge.
- Lim, T., Ding, S. W., Chua, C. H., & Moey, H. X. (2021). Enhancing the appearance of the “six-pack” muscles using cryolipolysis: a safe and effective method. *Plastic and Reconstructive Surgery*, 148(4), 775–779.
- Makhlad, A. A. M. bin. (2004). *Muntaqa Hadits*. Makhthut Nuysr.
- Mansur, S., & Rosyadi, S. (2020). Jurnal Holistic al-hadis ., *Jurnal Holistic Al-Hadis*, 6(2), 4. <http://jurnal.uinbanten.ac.id/index.php/holistic/article/download/3250/2655>
- Matondang, H. A. (2019). *Metode Takhrij Hadis* (Rosmaini, Adenan, & A. M. D. Faza (eds.); 2nd ed.). Panji Aswara Press.
- Maulana, I. (2018). Hadis shahih dan Syarat-syaratnya. *AL-IHKAM : Jurnal Hukum Dan Pranata Sosial*, 3(3), 27–40. <https://www.researchgate.net/publication/328306551>
- Mellon, C. A. (2015). Library anxiety: A grounded theory and its development. *College and Research Libraries*, 76(3), 276–282. <https://doi.org/10.5860/crl.76.3.276>
- Muhammad, A. bin A. bin. (1983). *Rijal Shahih Muslim* (1st ed.). Daar al-Ma'rifah.
- Muhammad, A. bin S. bin. (2005). *Muntaha as-Sual 'ala Wasa'il al-Wushul ila Syamail ar-Rasul* (3rd ed.). Daar al-Minhaj.
- Nirwana, D. (2013). Pemetaan Historis Hadis-Hadis Sirah. *Addin*, 7(2), 335–354. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.21043/addin.v7i2.582>
- Nurul Hakim. (2019). Perspektif Filsafat Hukum Islam dan Pemikiran Orientalis terhadap Sunnah. *Jurnal EduTech*, 5(1), 45–56. <https://doi.org/https://doi.org/10.30596/edutech.v5i1.2761>
- Purwoko, S. A. (2023). *7 Langkah Ampuh Membentuk Perut Six-Pack untuk Pemula*. Hello Sehat. <https://hellosehat.com/kebugaran/kekuatan/cara-membuat-perut-six-pack/>
- Ritonga, M. T. (2015). Hubungan Hadis dengan Alquran. *Jurnal Thariqah Ilmiah*, 2(2), 95. <https://adoc.pub/queue/hubungan-hadis-dengan-alquran-oleh-h-ali-anas-nasution-ma-1-html>
- Sa'ad, M. bin. (1990). *Thabaqat al-Kubra* (1st ed.). Daar al-Kutub al-'Alamiyyah.
- Sagala, A. (2021). Takhrij dan Metode-Metodenya. *Al-Ulum : Jurnal Pendidikan Islam*,

- 2(2), 327–346. <https://doaj.org/article/1e8aebf063e94d09a7eb93f04cf4b8fd>
- Sholikhah, A. (1970). Statistik Deskriptif Dalam Penelitian Kualitatif. *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*, 10(2), 342–362. <https://doi.org/10.24090/komunika.v10i2.953>
- Wahidin, A. (2018). Dialektika Rasulullah Terhadap Al-Qur`an. *Al - Tadabbur: Jurnal Ilmu Al-Qur`an Dan Tafsir*, 3(02), 185. <https://doi.org/10.30868/at.v3i02.316>
- Wolipop. (2013). *Abs Challenge, Tantangan Perut Rata dalam 30 Hari Jadi Tren di Instagram*. Wolipop Lifesytle.
- Yusran, Y. (2017). Kodifikasi Hadis Sejak Masa Awal Islam Hingga Terbitnya Kitab Al-Muwattha'. *Tahdis: Jurnal Kajian Ilmu Al-Hadis*, 8(2).
- Yusuf, N. (2015). HADIS SEBAGAI SUMBER HUKUM ISLAM (Telaah Terhadap Penetapan Kesahihan Hadis Sebagai Sumber Hukum Menurut Syafi'iy). *Potret Pemikiran*, 19(1), 34–51. <https://doi.org/10.30984/pp.v19i1.714>
- Zulfitri. (2023). Urgensi Layanan Takhrij Hadis di Perpustakaan UIN Imam Bonjol Padang. *Maktabuna: Jurnal Kajian Kepustakawanan*, 5(2), 169–185. <https://doi.org/10.15548/mj.v5i2.7219>